

**Senioren und Anlaufstelle
Bürgerschaftliches Engagement**S
A
B
E**Gemeinsam essen und den Zusammenhalt pflegen!**

Am 25. April ist es wieder soweit. Beim offenen Mittagstisch in Kusterdingen schmeckt es prima, alte Bekannte freuen sich auf ein Wiedersehen und neue Gäste bringen neue Impulse! Mittlerweile kennt man sich und in der Gemeinschaft ergeben sich immer wieder nette Gespräche.



Das Anbieter Netzwerk freut sich sehr darüber, dass das Angebot so gut angenommen wurde.

Das Netzwerk ist ein Zusammenschluss der ambulanten, teil- und stationären Pflege, Pflegestützpunkt, Bürgerauto, Förderverein Diakonie und der SABE Gemeinde Kusterdingen. Auch der Förderverein des Gemeindepflegehaus ist dabei, hilft mit und beteiligt sich. Ein großes Dankeschön an Alle!

Den offenen Mittagstisch gibt es jeden zweiten und vierten Donnerstag im Monat, um 12:30 Uhr im Seniorenzentrum Gemeindepflegehaus Härten, Weinbergstraße 19-25, in Kusterdingen.

**Der nächste Mittagstisch findet am 25. April statt.**

Auf dem Speiseplan steht:
Als Vorsuppe haben wir Gemüsebrühe mit Gemüseaultaschen.

Im Menü I gibt es Spaghetti Bolognese, Hartkäse und grüner Salat Bio.

Im Menü II: Hackbraten, Bratensosse mit Spätzle und grüner Salat, Bio. Vegetarisch im Menü III: Gemüsepizza mit grünem Salat Bio.

Zum Nachtisch Fruchtkompott.

Bitte melden Sie sich eine Woche vorher, also bis zum 18. April an. Entweder bei Bürgerauto Tel. 07071/3659186 und 0151/58188237 oder per E-Mail an Hoenes.Regina@zieglersche.de Telefon: 07071/9176-404.

Die Kosten von 7,80 Euro pro Essen sind ein Vorschlag zu Ihrem Beitrag.

Das Bürgerauto steht als Fahrdienst bereit! Wir freuen uns auf Sie!
Text, Foto und Logo: Birgit Romanowicz, SABE

**Härten Senioren
gesellig & aktiv****Radtreff**

Liebe Fahrradfreunde,
Letzten Dienstag kamen wegen der niedrigen Temperaturen und des vorhergesagten Regens nur sechs Personen zum Treffpunkt.

Zwei machten sich mit dem Fahrrad auf zu einer kleinen Tour über Kirchentellinsfurt, Tübingen und zurück über das Ehrenbachtal. Die übrigen brachen zu einem Spaziergang nach Wankheim auf. Man traf sich wieder im Café Kemmler zu einem leckeren Kuchen mit Kaffee und dem Austausch von allerlei Neuigkeiten.



Herzliche Einladung zu unserem Radtreff. Wir treffen uns immer dienstags um jeweils 14.00 Uhr am Wasserturm in Kusterdingen.

Gemäß unserem Motto: Gesellig und aktiv machen wir gemeinsame Fahrradtouren. Der Dienstagnachmittag ist für eine ganze Anzahl von Härten-Senioren inzwischen zu einem festen Jour fixe geworden – auf den man sich freut. Es ist eine lockere Gemeinschaft, die offen ist für neue Teilnehmer, die herzlich willkommen sind. Wer Lust und Zeit hat, kommt einfach ohne Anmeldung oder Abmeldung zum Treffpunkt. Meistens sind wir in 2 – 3 Gruppen unterwegs. Anders als wenn man alleine ist, erfährt man durch die Gruppe und die Planer der Touren immer wieder neue Ziele. Die unterschiedlichen Ziele werden zu Beginn der Tour vorgestellt und besprochen. Es sind immer einige Radler, da die sich engagieren und Fahrten zu interessanten Zielen übernehmen. Schnuppern sie mal bei uns rein, kommen sie und probieren es aus. Wir wollen nicht möglichst schnell noch möglichst weit fahren, sondern Genussradeln, bei gemäßigttem Tempo ohne Stress auf Radwegen unterwegs sein. Es ist immer auch ein Einkehrschwung zu einer zünftigen Wirtschaft oder einem Café geplant, damit das gemütliche Zusammensitzen nicht zu kurz kommt.

Martin Bäuerle